SIŁA I ZDROWIE

Dodatek tygodniowy „Słowa Pomorskiego"

Nr. 23 | Poniedziałek 15 czerwca 1931. | Rok V.

Wpływ ćwiczeń

na usposobienie, charakter i umysł człowieka.

(Dokończenie.)

Współzawodnictwo zespołowe w zabawach, grach sportowych i wogóle w sporcie racjonalnym uszlachetnia instynkt walki, uczy panowania nad sobą, poszanowania dla prawideł gry, dla przepisów i skomplikowanych regulaminów. „Fair play" tj .gra rzetelna, gra uczciwa, wyrabia uczciwość, sumienność, lojalność i dokładność w czynnościach. Kto przyzwyczai się do tych cnót społecznych na boisku, wniesie je poza teren sportowy, a więc na teren pracy zawodowej, publicznej, czy społecznej.

O wpływie sportu na charakter można pisać dużo. Ten wdzięczny i obszerny temat zainteresował nie tylko psychologów i pedagogów, ale nawet tych, którzy przyznawali sportowi jedynie zasługi higjeniczno-zdrowotne. Badacze wciąż jeszcze obserwują, eksperymentują, a wnioski idą w tym kierunku, że sala, boiska czy też inny teren sportowy jest kuźnią charakterów, szkołą wiary we własne siły, szkołą karności, punktualności i ścisłości w spełnianiu obowiązków zawodowych, wzgl. społecznych.

Pozostaje mi jeszcze do omówienia sprawa wpływu ćwiczeń fizycznych na rozwój intelektu człowieka. Że istnieje pewna współzależność ciała i ducha — dowodzono tego dłuższy czas maksymą starożytną: „zdrowy duch w zdrowem ciele". Misji udowodnienia tego, że ćwiczenia fizyczne wywierają swój wpływ na umysł podjęła się pedagogika eksperymentalna. Jeden z poważniejszych przedstawicieli tej nauki, E. Meumann powiada: „Duchowo normalne dziecko jest zarazem cieleśnie normalne, duchowo upośledzone jest też cieleśnie upośledzone, duchowo przodujące, przoduje i cieleśnie". Tak przedstawia się zasada, sprawdzona i udowodniona wynikami liczbowemi przez Meumanna.

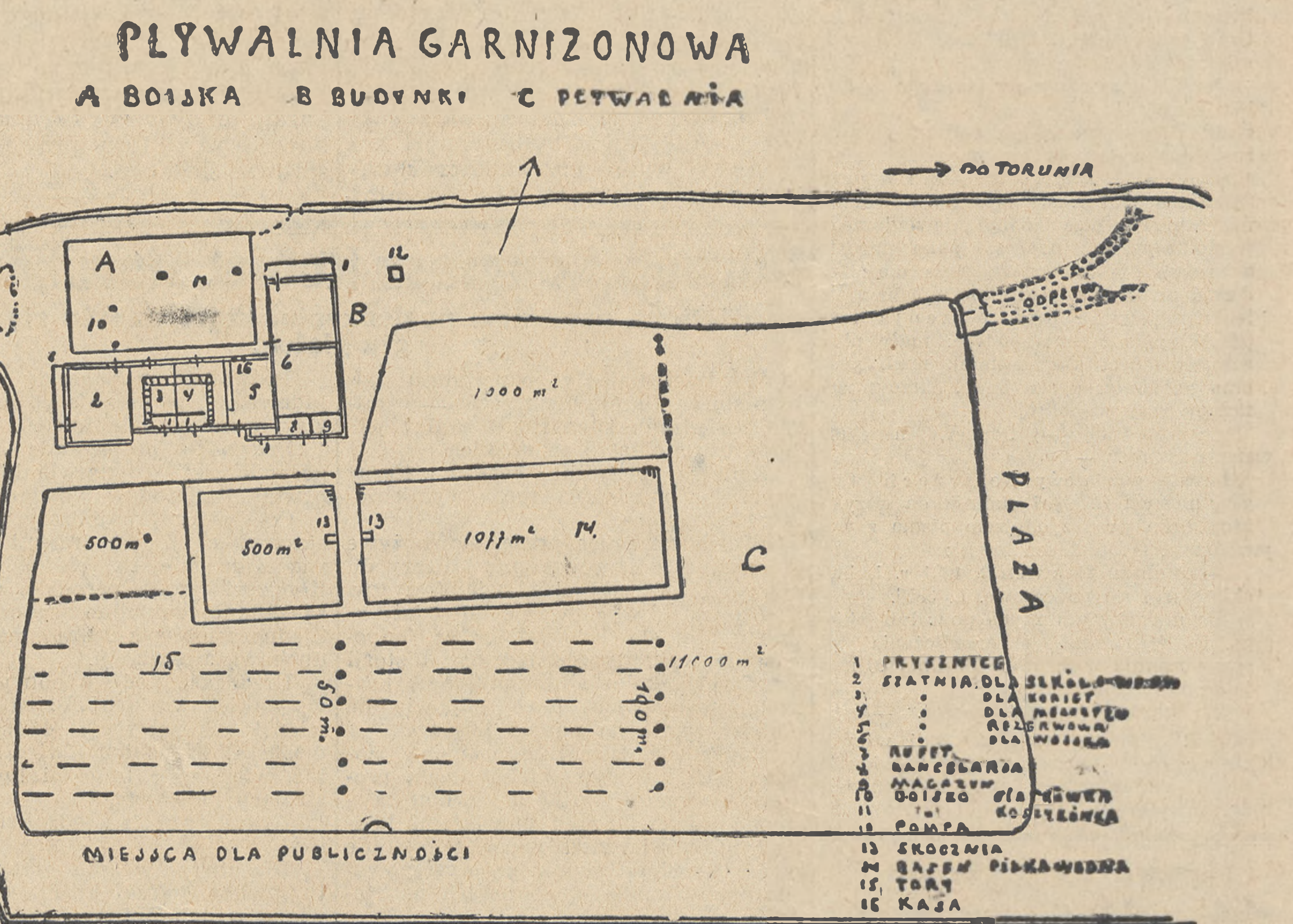
Wpływ ćwiczeń fizycznych na rozwój umysłu znany był już między inn. Pestalozzi'emu, Mantessowi i innym tej miary pedagogom. Dziecko znajduje bodźce do rozwoju umysłu we właściwych dla swego wieku zabawach i zajęciach. Dziecko przez ćwiczenia przywyka do otoczenia, ćwiczy swe czucie mięśniowe i zarazem rozwija aparat ruchowy. Zapomocą czucia mięśniowego i innych zmysłów urabia sobie pojęcie przestrzeni, odległości, wagi, kształtu wzgl. konstrukcji przedmiotów otaczających. Z czasem wyrasta osobowość doskonała, o umocnionych organach ruchu ze znajomością otaczających warunków i stosunków. Psychologja powiada, że obserwacja, uwaga i wnioskowanie — to kardynalne podstawy myślenia i sądu. Zapomocą ćwiczeń ruchowych, gier i sportów najłatwiej wdrożyć młodzież do funkcyj umysłowych — powiada jeden z pedagogów współczesnych.

Kiedy w Ameryce pedagogja wykorzystuje rolę sportu w rozwoju intelektu, u nas mało jeszcze jest uświadomienia w tym kierunku. Amerykańscy pedagodzy zauważyli, że np. dzieci plemion indyjskich, wychowane na łonie natury, tj. w ciągłym ruchu odznaczają się większemi zdolnościami do skupiania uwagi, bystrości sądu niż dzieci ras cywilizowanych i dlatego mają większe zdolności do matematyki i nauk przyrodniczych. Znaną jest rzeczą, że przy grach sportowych i przy sportach jest dużo okazji do oceniania, do porównywania itp. Sportowiec ocenia położenie, porównuje odległości, porównuje siły i wyniki, przyczem musi pracować umysłowo. Ćwiczy więc zmysł praktyczny, którego tak często brak ludziom.

Nie możemy absolutnie twierdzić, że tylko dzięki ruchom fizycznym stworzyć możnaby kulturę umysłową. Takie powiedzenie byłoby przesadą. Ale zato możemy z całą stanowczością odeprzeć zarzuty przeciwników życia sportowego, którzy powiadają, że sport wpływa hamująco na rozwój zdolności umysłowych.

Stwierdzić musimy, że zabiegi intelektualnej i fizycznej natury (sport i wychowanie fizyczne) musi współdziałać w wychowaniu młodzieży. Już gimnazjum starogreckie umiało połączyć kulturę cielesną z duchową i dawało wyniki, których jeszcze dzisiaj pozazdrościć możemy. Dziś już nie może być wątpliwości, że czynniki wychowania fizycznego i sportu budzą pewne zawiązki władz umysłowych, stawiając je w lepsze warunki higjeniczne a poza tem wzbogacają „skalę i tempo poznań, spostrzeżeń i odczuwań".

Wiedział o tem pedagog ubiegłego stulecia, J. Śniacki, skoro w dziełku swojem: „O fizycznem wychowaniu dziecka" tak pisze: „Lecz czego, powie mi kto, można dziecięcia nie ucząc nauczyć? bo na to wychodzi mniemane uczenie go przez same zabawy. Bardzo wiele, odpowiem, ale my tej wolnej i najpotrzebniejszej nauki za naukę nie mamy dlatego, że ją nabywamy samo przez się, bez mozołu, bez książek i bez bakałarzy. Trzeba, żeby dzieci się uczyły igrając i swawoląc, a do nas należy takiemi je tylko rzeczami zajmować, w takie miejsca zaprowadzać, gdzie mogą się nauczyć, czego żądamy."



Z Torunia.

Święto sportowe w spale. Przed wyjazdem do Spały, urządzony był w Toruniu od 5 do 10 bm. obóz treningowy młodzieży z całego Pomorza. Wszyscy odbywali treningi, i ci, którzy wykazali najlepsze wyszkolenie, zostali zakwalifikowani do wyjazdu. W dniu 10 odbył się przegląd, na którym obecni byli dowódca OK VIII gen. bryg. Pasławski w tow. kom. Okr. Urzędu WF i PW mjr. Sulika i kpt. Rowińskiego, p. kurator Pollack w tow. nacz. Biedowicza i dr. Ciosłowskiego, opiekunowie i sędziowie p. Fryszczynowa, prof. Ekstein ze Świecia, p. Gołębiewski, prezes Pom. O. Z. L., por. Laurentowski, kom. Okr. Ośr. WF. P. generał zwrócił się do zebranych i w krótkiem przemówieniu nawoływał do „wytrwania do końca a zwycięstwo będzie wyrazem panowania nad sobą i zachowanie zimnej krwi, wszyscy wyjeżdżają jako przedstawiciele ziemi pomorskiej, której godnie winni bronić

Wśród szalonego entuzjazmu w dniu 11 młodzież opuściła mury Torunia, a 12 podążył za nią pomorski bataljon PW w sile 200 ludzi pod dowództwem komendanta PW kpt. Kwiatkowskiego.

Zawodniczki i zawodnicy, którzy wyjechali do Spały: Młodzież szkolna żeńska: Narzyńska A. — Toruń, Piskorska Z. — Brodnica, Wosiakowska Wł. — Grudziądz, Piskbrska Ir. — Brodn. (trójbój), Szeferówna M. — Toruń, Wojciechowska Ur. — Toruń, Wiwatowska Ap. — Brodn. (broń małokal.), Kordasińska J. — Toruń, Markiewiczówna J. — Toruń, Bestjanówna H. — Toruń (łuk); organiz. PW: Kolanowska M. — Bydgoszcz, Kupczykówna — Chojnice, Witkowska M. Bydg., Siatkowska G. — Bydg. (trójbój), Hrygierówna Zyg., Tatarzynówna Józ., Węglerówna Bron. — Bydg. (bron małokal.), Targońska Ir. — Bydg., Kierzkówna Ir., Kulwicka An. — Toruń (łuk), zapasow. Grabarzówna — Bydg. Młodzież szkolna męska: Mazurkiewicz J., Głuchowski J. — Chojnice, Degórski Ren., Rolewski G. — Toruń, Szychowski J., Koplewski Tad. — Grudz., Domański Kaz. — Świecie, Laskowski J. — Tuchola (pięciobój), Przysiężniak Fr., Załęski B. — Brodn., Kotłowski J., Jabłoński E., Bistram A., Olszewski W. — Gdańsk, Mrozowski Wik. — Toruń (broń mkb.); organiz. PW: Kotowski An., Kula Frnc. — Grudz., Orłowski M. — Bydgoszcz, Tatera P. — Starogard (pięciobój); Bukowski W., Łukaszewski W. — Inowr., Białachowski J., Różek J. — Chojn. (broń mkb.); Kreft Fr. — Grudz., Duchewicz Wł. — Brodn. (1500 m); Jordanka (hazena): Narkiewiczówna Z., Łangowska, Mojsówna H., Nowakówna, Lilje, Pawlakówna, Czachlanka G., Rynkowska M., Dejewska T., Loengnerówna D. — Toruń. Koszykówka: Kąpiak B., Sztok F., Szulc Z Hocheiszek L., Julinek W., Fiszer F., Hanusiak Z., — Bydg. Razem zawodn. 63.

Tydzień sportowy LOPP.

Przy ładnej pogodzie i dosyć dużem zainteresowaniu odbył się w niedzielę rano marsz 15 drużyn (13 wojskowych i 2 org. PW) w maskach przeciwgazowych na przestrzeni 4 klm. Marsz rozpoczęto punktualnie o godz. 9. Drużyny wyruszały w odstępach 3-minutowych. Drużyny oznaczano numerami kolejnemi przez losowanie. Drużyna składała się z 6 ludzi wraz z prowadzącym. Drużyna, oznaczoną 1-ym numerem była II dr. 63 pp. 2-im — III dr. 8 pac., 3 — I dr. Dyon Pom. Art., 4 — I dr. 8 Baonu Sap., 5 — II dr. 8 pac., 6 — baon balon., 7 — II dr. 8 baon sap., 8 — I dr. 8 pac., 9 — II dr. Dyonu Pom. Art., 10 — II dr. II/67 pp., 11 — I dr. 63 pp., 12 — I dr. II/67 pp., 13 — 4 p. lotn., 14 — Druż. Błęk., 15 — Kol. PW.

Na całej trasie w pewnych odstępach znajdowało się po 2 kontrolerów oraz do każdej drużyny przydzielony kontroler, oprócz tgo była czynną jeszcze lotna kontrola, która objeżdżała trasę. Warunki marszu bardzo trudne, punkty karne były doliczane do czasu marszu, zaś punkty dodatnie odejmowano np. za dotknięcie maski w czasi marszu zawodnik zostawał dyskwalifikowany, przez co druż. otrzymywała punkty karne. Pierwszą drużyną, która przybyła na metę była I dr. Dyonu Pom. Art., z ostatecznym czasem 20 m. 27 s. w składzie kpr. Skwarek kpr. Orleański, bom. Romańczyk, kan. Laszkiewicz, bom Namysł i bom. Pirchoł, 2) nr. 13 czas 21,18, 3) nr. 1 czas 21,30 4) nr. 12 czas 21,33, 5) nr. 8 czas 22,10, 6) nr. 5 czas 22,14, 7) nr. 9 czas 22,30, 8) nr. 4 czas 22,42, wszystkie z notą bardzo dobrą. Drużyny nr. 2, 6, 11 i 7 niepełne a nr. 10 zdyskwalifikowano; z organ. PW pierwsza Dr. Błękitna w czasie 21,43, druga drużyna zdyskwalifikowana. Uczestnicy drużyn przed i po marszu byli badani przez lekarzy. Zwycięzcy otrzymali puhary przechodnie, ofiarowane przez p. dowódcę OK VIII i p. starostę krajowego. Wszystkie drużyny otrzymały dyplomy a zawodnicy pierwszych drużyn i drugiej wojskowej otrzymali żetony, oprócz tego wszyscy biorący udział w marszu dyplom. Na zawodach obecny był dowódca OK VIII i członkowie LOPP. Ścisłą komisję tworzyli kierown. marszu por. Staryk, zast. kom. PW m. Torunia, sędzia główny ppłk. Baran, nacz. lkarz mjr. dr. Chyrczakowski, kier. lekkoatl. p. Kince, wiceprezes Miejsk. Kom. LOPP inż. Krenitz., instr. wojew. OPG por. Gawdziński.

Zapisz się na członka LOPP! Składka miesięczna 50 groszy.

Kronika sportowa.

Piłka nożna.

Kraków—Śląsk 3:1. W niedzielę rozegrany został w Katowicach międzyokręgowy mecz piłki nożnej pomiędzy reprezentacjami Krakowa i Śląska, zakończony nie zasłużonem zwycięstwem Krakowa 3:1 (1:1).

Kraków, walczący w niedzielę na dwóch frontach, wystawił przeciwko Śląskowi skład nienajlepszy. Śląsk natomiast wystawił najsilniejsza drużynę, pozbawiona jednak graczy ligowego Ruchu.

W 5-ej min. strzela bramkę dla Krakowa Lubowiecki. W 28-ej min. wyrównał Gerlitz.

Po przerwie w 47 min. Mitusurski strzela drugą, a w 83 min. Ruta — trzecią bramkę dla Krakowa, ustalając ostateczny wynik meczu.

Krakowianie zawdzięczają zwycięstwo grze bardzo ambitnej, jednak kombinacyjnie Ślązacy byli lepisi. Do przerwy Ślązacy mieli przewagę wręcz druzgocącą,nie umieli jednak jej wykorzystać, grając z wyraźnym pechem. —

Sędziował p. Słomczyński. Publiczności ponad 3000.

Bielsk—Katowice 1:2. W niedzielę rozegrany w Katowicach mecz międzymiastowy Katowice—Bielsk przyniósł zwycięstwo drużynie katowickiej 2:1 (2:1). Sędziował p. Schinke.

K. T. 24 —Pogoń w meczu tennisowym o mistrzostwo Polski. Poznań Pat. W niedzielę rozegrany został mecz tennisowy pomiędzy KT 24 (Poznań) a Pogonią lwowską o drużynowe mistrzostwo Polski.

Mecz zakończył się zwycięstwem KT 24 w stosunku 6:1.

Poszczególne wyniki: Tutelbaumówna-Bystrzanowska 4:6, 8:6, 8:6. Alski—Sztencel 6:3, 6:3. Alski—Markowski 6:0, 6:2, Seldman—Knopf contra Raczyński—Kustanowicza 1:6, 6:3, 11:9, Lantner—Sztenzel 6:3, 6:4, Markowski—Lantner 3:6, 7:5, 6:4 (jedyne zwycięstwo Pogoni). Lantner—Turtelbaumówna contra Sporzyński, Bystrzanowska 7:5, 6:4.

Lekkoatletyka.

Bieg sztafetowy Zakopane—Morskie Oko—Zakopane. W niedzielę odbył się siódmy zrzędu doroczny bieg sztafetowy na trasie Zakopane—Morskie Oko—Zakopane, na dystansie 60 klm. Warunki biegu — doskonałe. Pogoda słoneczna, bez upału.

Do biegu stanęły 4 sztafety po 10 zawodników każda. Zwyciężyła drużyna Wisły w czasie 3 g. 11:59, przed 2) Sokołem I — 3:15:27, 3) SNPTT — 3:15:34 i 4) Sokołem II — 3:41:05.

Dotychczasowy rekord trasy, wynoszący 3:21:16 pobity został przez trzy pierwsze drużyny.